

**РАСПРОСТРАНЁННОСТЬ КУРЕНИЯ ТАБАКОСОДЕРЖАЩИХ ИЗДЕЛИЙ
СРЕДИ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ, НА ПРИМЕРЕ ПРИМЕНЕНИЯ
СИГАРЕТ, КАЛЬЯНА И НАСВАЯ**

А.А. Ануварбекова, У.М. Тилекеева, Т.У. Уланбекова
Кыргызская Государственная медицинская академия им. И.К. Ахунбаева,
г. Бишкек, Кыргызская Республика

Резюме: В настоящее время, кроме сигарет, широко распространено курение кальяна и других табакосодержащих изделий. В мире ежедневно курят кальян около 100 миллионов человек. И по данным многих научных журналов с каждым годом популярность кальянокурения только растет. Согласно утверждению специалистов ВОЗ, курение кальяна и его воздействие на организм не меньше, чем вред от курения сигарет. Данная работа направлена на выявление мотивирующих факторов и причин употребления табакосодержащих изделий в молодежной среде. Результаты данного исследования могут применяться для выработки методов борьбы с курением.

Ключевые слова: никотин, сигареты, кальян, насвай, никотиновая зависимость, табакосодержащие изделия.

**ТАМЕКИ, КАЛЬЯН ЖАНА НАСВАЙ СЫЯКТУУ НИКОТИН КАМТЫГАН ЗАТТАРДЫН
ЧЕГУҮСҮНҮН МЕДИЦИНАЛЫК АКАДЕМИЯСЫНЫН СТУДЕНТЕРИНИН
АРАСЫНДА ТАРАЛУУСУ**

А.А. Ануварбекова, У.М. Тилекеева, Т.У. Уланбекова
И.К. Ахунбаев атындагы Кыргыз Мамлекеттик медициналык академиясы
Бишкек ш., Кыргыз Республикасы

Корутунду: Азыркы учурда тамекиден тышкары, кальян чегүү кеңири таралууда. Дүйнөдө күн сайын 100 миллионго жакын адамдар кальян чегүүгө дуушар болууда. Илимий журналдардын берилмелери боюнча жыл сайын кальян чегүүнүн популярдуулугу өсүп жатат. ВОЗ специалисттерлердин ырастоосу менен кальян чегүүнүн организмге карата зыяндуулугу тамекиден кем эмес болгондугу билдирилет. Бул изилдөөдө жаштардын арасында тамеки камтыган заттардын колдонуунун себеби жана мотивациялык факторлору аныкталды. Бул изилдөөнүн жыйынтыктары тамеки чегүүгө каршы күрөшүү боюнча атайын чараларды иштеп чыгарууда жардам берет.

Негизги сөздөр: никотин, кальян, насвай, тамеки камтыган заттар, тамекиге көз карандылык.

**WIDESPREAD OF TOBACCO CONTAINING PRODUCTS SMOKING AMONG
MEDICAL STUDENTS, THE CASE-STUDY OF USING SIGARETTES, KALIAN AND NASVAY
(CHEWING TOBACCO)**

A.A. Anuvarbekova, U.M. Tilekeeva, T.U. Ulanbekova
Kyrgyz State Medical Academy n.a. I.K. Akhunbaev,
Bishkek, the Kyrgyz Republic

Abstract. Currently, apart from smoking cigarettes, using kalian and other tobacco containing products are widely spreading among the youth. Every day almost 100 millions people in the world smokes kalian. As many scientific journals show there is the rising popularity of using kalian. According to the data of WHO's specialists, the use of kalian and its negative effects to human not less, than the harm of the cigarettes. Therefore, this research work aim at determing the motivating factors and reasons for use of tobacco containing products among the youth. The results of the work can be used in definig the methods to counter the smoking problem.

Key words: nicotine, sigarette, kalian, nasvay, nicotine addiction, tobacco containing products.

Введение. Интенсивно растущее количество людей, курящих кальян вызывает тревогу ВОЗ и министерств здравоохранения в отношении данной проблемы, так как в кальянном табаке присутствует никотин. В одной заправке кальяна содержится никотина 6,25 мг, тогда как в 1 сигарете 0,8 мг, т.е. в 7,5 раз больше [1, 2, 3].

Более того, концентрация окиси углерода в дыме от кальяна в 2-3 раза выше, чем от сигарет, что способствует увеличению числа сердечных сокращений и дает эффект слабого опьянения, кроме того содержание тяжелых металлов и вредных смол в кальяне больше, чем в сигаретах [4]. Увлажненный дым с токсинами глубже попадает

в легкие и провоцирует онкологические, сердечно-сосудистые и легочные заболевания.

С увлажненным дымом токсины глубже проникают в легкие, провоцируя онкологические, сердечно-сосудистые и легочные заболевания. При курении кальяна используется фольга, которая при нагревании выделяет канцерогенные пары, вместе с дымом в легкие поступает бензапирен – канцероген первого класса опасности [5]. Кальянокурение может привести к бесплодию и рождению детей с малой массой тела, следовательно, эта проблема относится к проблеме национальной безопасности любого народа, как результат повсеместного распространения употребления кальяна по всему миру [6].

ВОЗ предупреждает об увеличении до 70% смертности, вызванной приверженностью к табаку в развивающихся странах, которая по прогнозам к 2025 году, достигнет 7 млн. смертей в год [18].

Представители Министерства Здравоохранения Объединенных Арабских Эмиратов заявили, что при курении кальяна в организм попадает столько опасных веществ, сколько сопоставимо с пятью пачками сигарет [7]. Иранские ученые из Машхадского университета медицинских наук под руководством Мохаммада Хоссейна Боскабади провели экспериментальное исследование, в котором принимали участие 57 любителей кальяна. Обследованные пациенты имели выраженную одышку, которая отмечалась у 23% реципиентов, сдавленность в груди присутствовала почти у 37% курильщиков, кашель присутствовал у 21% курильщиков кальяна [8]. Все это свидетельствует о неизбежной одной единой идее, гласящей о вреде кальяна.

Так что же такое кальян? Кальян – это приспособление для курения, позволяющий увлажнять и охлаждать вдыхаемый дым. Кальян заправляют водой, вином или другой жидкостью для фильтрации дыма и придания вкуса. Из-за повышенной влажности кальянного дыма, он меньше, чем сигаретный, раздражает слизистые оболочки верхних дыхательных путей, что ошибочно снижает беспокойство потребителей по поводу истинных негативных последствий для организма [9]. Согласно мета анализу, проведенному учеными из школы медицины университета Питтсбурга, кальян в одну сессию выделяет больше примерно в: 125 раз дыма, 25 раз смол, в 2,5 раза никотина, 10 раз угарного газа, по сравнению с одной сигаретой [9].

В среднем продолжительность курения кальяна длится около часа, и состоит из 50-200 вдохов,

что примерно составляет от 0,15-0,50 л вдыхаемого дыма. За час курения кальяна, потребляется примерно в 100-200 раз больше дыма, чем из одной сигареты [9]. Трактовать истинное предназначение кальяна весьма сложно, но опасность очевидна, чтобы ее не замечать.

Следующим по своей популярности табакосодержащих изделий является традиционное для Центральной Азии, некурительное табачное изделие - насвай, которое широко распространено среди молодежи. Название, вероятно, связано с тем, что раньше для его изготовления использовали растение нас. Насвай изготавливается в домашних условиях. Основными составными его являются табак или махорка. Помимо этих веществ в него добавляется гашенная известь, хотя порой вместо извести может использоваться верблюжий кизяк или куриный помет [10]. Внешний вид у насвая разный – от зеленых шариков до серовато-коричневого порошка [11]. Применяют его, закладывая под нижнюю или верхнюю губу, под язык или в носовую полость [10].

Среди основных эффектов вызываемых насваем, наиболее часто выделяются следующие: сильное жжение слизистой ротовой полости, тяжесть в голове, а позднее – во всем теле; апатия, резкое слюноотделение, головокружение, ослабленность мышц [10].

Насвай можно отнести к числу психотропных веществ. Его употребление отражается на психическом развитии подростков – снижается восприятие и ухудшается память, появляется неуравновешенность. Поскольку в насвае смешано так много «всякого», то соответственно у употребляющих его может развиваться зависимость не только никотиновая, но и химическая. Вскоре подростку хочется уже более сильных ощущений [11]. Насвай заставляет перейти к наркотическим и другим, более сильным психотропам, так как он дает высокий риск привыкания [12].

Помимо всех тех «радостей», которые даются посредством данного изделия, экскременты животных в составе насвая заражают кишечными инфекциями и паразитарными заболеваниями, в т. ч. вирусным гепатитом А, по данным узбекских онкологов, 80% случаев рака языка, губы, полости рта, гортани были связаны именно с потреблением насвая [13, 14].

Материалы и методы исследования

Исследование проводилось путем анонимного анкетирования студентов 2, 3, 4 и 6 курсов лечебного, фармацевтического и педиатрического факультетов КГМА, из них 224 девушек и 128 юношей. Нами была разработана анкета-опросник, которая включала вопросы о курении сигарет и других табачных изделий, а также рассматривались вопросы о вредности сигарет, кальяна и насвая.

Объем выборочной совокупности составил 352 респондента из генеральной совокупности 4167 при 95% доверительной вероятности и 5% погрешностью получены с помощью on-line калькулятора. Полученные данные анкетирования были сведены в электронную базу данных. Анализ полученных результатов производился с помощью редактора электронных таблиц MS Excel. Обработка проводилась методами статистического анализа в пакете прикладных программ SPSS 16.

Результаты и их обсуждения

Среди опрошенных реципиентов: юноши – 36%, девушки – 64%. Средний возраст опрашиваемых колебался в пределах 20-21 года. Большинство опрошенных были некурящие – 86%, а курящие составили – 14%, из них девушек 15,7% и 84,3% юношей. 50% опрашиваемых респондентов курят кальян. При этом около 36% курильщиков кальяна не причисляют себя к представителям курящей части населения, так как только 14% респондентов утвердительно отметили свою приверженность к курению. Звучит довольно таки парадоксально, когда курильщики табакосодержащих изделий не относят себя к табакокурителям. Так что скорей всего, мы смело можем утверждать, что на первый вопрос, касающийся курения положительных ответов должно было быть более чем 50% исходя из того, что именно такое количество опрошенных являлись кальянокурильщиками. Не удивительно, что распространенность кальяна столь велика, ведь многие убеждены в том, что зависимость он не вызывает, хотя получается все в точности да наоборот, содержание никотина в кальяне достаточное, чтобы со временем курильщик кальяна все же пристрастился к нему, и у него развилась никотиновая зависимость [15].

Также на вопрос, касающийся степени вредности между кальяном и сигаретами, 20,7% посчитали, что кальян вреднее сигарет, 28,1% выразили противоположное мнение, а 51,1% опрашиваемых все-таки были склоны к тому, что и кальян, и сигарета одинаково вредны. Из этих данных мы можем утверждать, что наши студенты

все-таки осведомлены, что кальян несет в себе опасность, даже если не больше сигарет, то, по меньшей мере равносильно им. И если эта проблема, действительно, является проблемой национальной безопасности, то следует подойти к этому вопросу в нашей стране со всей серьезностью. Ведь призрачная информация о минимальной вредности табака в кальяне, так и других в нем содержащих вредных веществ в итоге могут привести к самому страшному – смерти. Уже известен один из самых грозных составляющих кальяна и мало кому известно среди молодежи, что это бензапирен – вещество, обладающее канцерогенной активностью, способное вызывать мутацию ДНК, которое передается по наследству [5]. Потому верны доводы, гласящие, что рак легких встречается не реже у заядлых курильщиков кальяна, чем у курильщиков сигарет [16].

Во время группового курения кальяна также нарушаются элементы норм гигиены. Возбудитель герпеса, провоцирующие язву бактерии *H. Pylori*, передаются через мундштук кальяна, подобным же образом может распространяться: туберкулёз, гепатит и другие инфекционные заболевания [9].

В анкету также был введен вопрос, о возможной «пользе» кальяна. 86,1% ответили, что пользы от кальяна нет, а 13,9% склонны к тому, что польза все-таки есть. Бытует мнение, что курение кальяна приводит к своеобразной ингаляции легких, при добавлении в него эвкалипта, но добавляют ли в кальян эфирное масло этого растения? Естественно, очень немногие люди осведомлены о возможности подобной подмены, и вряд ли кто-либо пользуется именно им. Кальян также способен успокаивать нервы, однако следует помнить и о негативных сторонах кальяна [17].

Но ведь кальян не единственное производное табакосодержащих изделий, которые широко распространены на территории нашей страны. С таким же успехом у нас в стране продается и насвай в свободном доступе для всех и каждого. Не секрет, что насвай вызывает никотиновую зависимость и используется как дополнительный вариант многими курильщиками.

Из 352 опрошенных студентов-медиков 4,8% потребители насвая. Это не столь большой процент по сравнению с курением кальяна, но никто не может прогнозировать, что этот показатель не возрастет в динамике. Ни для кого не секрет, что в Центральной Азии насвай получил свою нишу для существования. Насвай является не самой приятной альтернативой, но легкий доступ и низкая цена со временем могут сыграть свою роль и

способствовать его распространению. Так что следует бороться с этим представителем табакосодержащих изделий наравне с другими.

Также респондентам было предложено ответить на вопрос о сравнительном вреде насвая и сигарет, на что 83,5% оказались привержены мнению, что насвай вреднее сигарет. Приятно услышать подобную точку зрения, в значительном большинстве случаев, что может и послужило основанием для низкого количественного показателя потребления насвая. Таким образом, можно предположить, что информированность студентов-медиков играет не последнюю роль в распространенности потребления табака. Может быть, если бы подрастающая молодежь была осведомлена о возможной опасности курения любого вида табакосодержащих изделий, то большое количество воздержалась бы от его использования. Тогда наши показатели были бы намного благоприятнее.

Выводы. В ходе исследования выявлено, что количество курильщиков кальяна превышает в 3,64 раза число курильщиков сигарет. Данный результат показывает, что на сегодняшний день кальян является более модным способом употребления табакосодержащего изделия среди молодежи, чем сигареты. В итоге, кальян становится потенциальной угрозой роста числа курильщиков в силу своей привлекательности. Количество потребителей насвая составило самый меньший процент – 4,85, из чего становится ясным, что этот табакосодержащее изделие менее популярно среди молодежи по сравнению с сигаретами и кальяном.

Студенты осведомлены о вреде сигарет, насвая и кальяна. Причем больший процент склонен к тому, что кальян и сигареты одинаковы по степени опасности. Насвай, по результатам ответов реципиентов, считается самым опасным из этих трех представителей табакосодержащих продуктов.

По результатам исследования для успешного планирования, разработки и осуществления программ борьбы с курением табакосодержащих изделий, на наш взгляд, следует: проводить разъяснительные работы о вреде их; проводить мониторинг потребления табака; расширить сеть различных кружков; организовывать досуг и клубы по интересам; повысить интерес к здоровому образу жизни.

Литература

1. *Медицинский журнал Израиля Percare*// Рубрика статьи «Вредное воздействие на организм кальяна» //Вопросы здоровья [Электронный ресурс] 2014 г., URL:<http://www.percare.ru/articles/10994/>
2. *Toxicity and health effects of water pipe tobacco smoking: current state-of-the-science and funding opportunities.* [Электронный ресурс] 2015 г., URL:http://www.who.int/tobacco/world_conference_2015
3. *Misner, Jared "UF study finds more teens smoke hookah",* [Электронный ресурс] 2009 г. URL: http://www.alligator.org/news/campus/article_744a0e26-d403-11de-b968-001cc4c03286.html
4. *Харьков форум // Харьков / Мужской форум/Кальян. «Мода или еще один способ убить здоровье»* [Электронный ресурс] 2011 г. URL:<https://www.kharkovforum.com>
5. *Стиль/Здоровье/Из двух зол: кальян опаснее сигарет* [Электронный ресурс] 2013 г. URL:<http://www.yoki.ru/style/health/06-06-2014/413696-kalyany-0/>
6. *Научные статьи/Медицина и здравоохранение/Научная статья по медицине «Вред курения кальяна»* [Электронный ресурс] 2011 г. URL:<http://cyberleninka.ru/article/n/vred-kureniya-kalyana>
7. *Журнал «Вся правда о вреде курения» //Вред курения кальяна* [Электронный ресурс] 2012 г. URL:<http://protivkureniya.ru/o-vrede-kureniya-kalyana/>
8. *Научный журнал «Успехи научного естествознания» // Вред курения кальяна №433 стр.14.*
9. *Википедия//Кальян* [Электронный ресурс]. URL:<http://sportwiki.to/>, <https://en.wikipedia.org/wiki/Hookah>
10. *Википедия//Насвай* [Электронный ресурс] URL:<https://ru.wikipedia.org/wiki>
11. *Сайт//Верните себе жизнь без наркотиков/Насвай* [Электронный ресурс], URL:<http://www.netnarkotik.ru/nasvay>
12. *Яровая Т.В. Оренбургская область: Наркоконтроль бьет тревогу. 24.11.2015 г.* [Электронный ресурс] URL: http://www.narkotiki.ru/5_81225.htm
13. *Волковский государственный аграрный колледж//ОНиПТЛ Волковского РОДВ «Пахучая правда о составе и вреде насвая»* [Электронный ресурс] 2011 г. URL:<http://www.vgak.by/o-vrede-kuritelnikh-smesej/331-pakhuchaya-pravda-o-sostave-i-vrede-nasvaya.html>
14. *Администрация МО город Армавир//Город/Новости/Актуальные темы «Насвай – самое смертельное увлечение молодежи»* [Электронный ресурс] 2016 г. URL:<http://armawir.ru/city/news/6956/>
15. *Jared (November 18, 2009). "UF study finds more teens smoke hookah"*http://www.alligator.org/news/campus/article_744a0e26-d403-11de-b968-001cc4c03286.html
16. *Djordjevic MV, Stellman SD, Zang E; Stellman; Zang (January 2000). "Doses of nicotine and lung*

- carcinogens delivered". J. Natl. Cancer Inst. 92 (2): 106–11. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pub-med/10639511>*
17. *Польза и вред//Вред кальяна и его польза/Польза кальяна [Электронный ресурс] 2012 г.*
- URL:<http://eto-vredno.ru/vred-kureniya-i-ego-polza/vred-kalyana-i-ego-polza/>*
18. *World Health Organization Study Group on Tobacco Product Regulation an advisory note, 2014.*